



Helios

# قائمة المأكولات

حصريا لمرضى العيادات الخاصة ومناطق الراحة

# الكفاءة والخدمة



## عزيزتي المريضة، عزيزي المريض،

علاوة على المساعدة الطبية والرعاية المتخصصة والاهتمام بكل مريض حسب حالته نتطلع أن نقدم لك نظامًا غذائيًا متوازنًا ومتنوعًا. ففي وجبة الإفطار والغداء والعشاء، نقدم لك خيارات كثيرة من أصناف متنوعة.

ونلتزم عند تحضير مأكولات الغداء بعدم استخدام أي مكسبات طعم، أو ألوان أو نكهات صناعية أو مواد حافظة (باستثناء ملح النتريت التخليقي). نحصل على المواد الخام من موردينا باستمرار بعد تمام نضجها على النحو الأمثل ونستخدمها على الفور. ولا نستخدم أيضًا من اللحوم سوى لحوم من مصدر موثوق به.

فسواء كان الطعام حلواً أم مالحاً أم نباتياً أم مزيجاً منهم: يمكنك يومياً إعداد وجباتك وفقاً لذوقك ورغبتك.

وإذا وصف طبيبك نظاماً غذائياً معيناً لك، فيلزم عليك اتباعه. وعند اختيارك لوجبتك، سيدعمك موظفونا المدربون في مجال الرعاية أو الخدمة. لا تتردد في التحدث معنا.

أبلغ موظفي الرعاية أو مسؤولي خدمة المرضى بما ترغب أن تأكله في اليوم التالي. وإذا لم تتح لك يوم دخولك المستشفى الفرصة لطلب الطعام حسب رغبتك فسندم لك أيضاً في اليوم التالي وجبة أعدها طهاتنا بعناية إذا لم تتمكن من التواجد في الغرفة لطلب الطعام حسب رغبتك، فنرجو منك كتابة رغباتك مسبقاً وترك الورقة على طاولة السرير في غرفتك.

ستحصل في جناحك على ورقة مخصصة لكتابة رغباتك. فإذا لم يكن ذلك ممكناً، فسندم لك وجباتنا المعتادة.

نتمنى لك الاستمتاع بوجبتك ونرجو لك الشفاء العاجل  
طاقم Helios Catering لتقديم الوجبات



# الإفطار

في وجبة إفطارك. يرجى اختيار نوع خبز أو مخبوز، وأحد الأطعمة الدهنية القابلة للفرد. إذا لم تختَر قائمة محددة، فيمكنك بكل سرور إعداد الوجبة من تشكيلة المخبوزات والأطعمة القابلة درفلة ومن مجموعة مختارة من النقانق والجبن والأطباق الجانبية.

## وجبة الإفطار هل ترغب في تناول

### ... سكريات

خبز/مخبوز من اختيارك  
زبدة أو سمن نباتي  
نوعان من المرعي  
عسل  
نوتيل  
كوارك طبيعي  
زبادي بالفواكه

### ...إفطار فيتنييس الصحي

مخبوز من اختيارك  
خبز الشوفان الصحي/خبز حبوب القمح الكاملة  
زبدة أو سمن نباتي  
صدر الديك الرومي  
جبن جوده، وسط  
كوارك بالأعشاب  
طماطم كرزية  
عنب

### ...إفطار جبن

خبز/مخبوز من اختيارك  
زبدة أو سمن نباتي  
شرائح جبن  
(إمتال وجوده وجبن بالأعشاب)  
جبن كريمي عشبي  
جبن بيبييل  
مرعي  
عنب

### ...إفطار الذواقة

خبز/مخبوز من اختيارك  
زبدة أو سمن نباتي  
عسل،  
جبن إمتال  
جبن كريمي  
لحم خنزير مسلوق  
سلامي من لحم الدواجن  
بيرشر موسلي  
عصير برتقال



## تشكيلة لتختار من بينها



### المخبوزات

خبز القمح  
خبز متعدد الحبة  
خبز بذور اليقطين  
مخبوز لاوغن  
كرواسون  
خبز حبوب القمح الكاملة  
خبز أبيض  
خبز من خليط من الحبوب  
خبز بقسماط  
خبز مقرمش



### النقانق

نقانق من لحم الدواجن  
صدر الديك الرومي  
سلامي من لحم الدواجن  
لحم خنزير مسلوق  
خنزير الغابة السوداء  
خنزير سيرانو  
سجق الكبد  
نقانق الشاي



### إضافات

زبادي (عضوي طبيعي، بالفواكه)  
كوارك (طبيعي، بالفواكه، بالأعشاب)  
هنبج صفراء  
لبن رائب  
رقائق الذرة  
موسلي الحبوب الكاملة بالشوكولاتة  
موسلي الحبوب الكاملة بالفواكه  
بيرشر موسلي  
قطعة فواكه طازجة



### أطعمة للفرد على المخبوزات

زبدة  
سمن نباتي  
مرّبى الفراولة  
مرّبى الكرز  
مرّبى المشمش  
مرّبى التوت  
مرّبى البرقوق  
عسل  
نوتيل  
دهن نباتي للفرد على المخبوزات  
(غاريقون، عشبي، مدخن، خفيف)



### أنواع الجبن

جبن صفراء  
جوده، وسط  
جبن الأعشاب  
جبن إمنتال  
جبن كريمي  
جبن كريمي عشبي  
جبن بيبيل  
جبن كمبيرت



### المشروبات

شاي رونفيلت  
قهوة مفلترّة  
أنواع قهوة  
(لاتيه ماكياتو، كابتشينو،  
إسبريسو، قهوة بالحليب)  
كاكاو (ساخن أو بارد)  
لبن (ساخن أو بارد)  
مياه معدنية (بسيط، وسط)  
عصير (تفاح، برتقال)



## وجبات الغداء

### تشكيلة لتختار من بينها

#### المُقَبَّلَات

- موزاريلا وطماطم مع بيستو الريحان و الكاجو وجرجير
- سلطة خضراء مشكلة مع طماطم وخيار وصوص من اختيارك
- انتيباستي بالبارميزان والجوز والزيتون

#### الصوص

- صوص بالأعشاب، صوص بلسميك، صوص فرنسي

#### حساء/شوربة

- شوربة اليقطين مع حليب جوز الهند والزنجبيل
- مرقة خضار مع لقيمات السميد

## صحن سلطة مع إضافات مختلفة من اختيارك

جبين جوده

بيض

شرائح صدر دجاج



## أطباق الحلوى

- تيراميسو بالتوت الطازج
- نوعان من موس الشوكولاتة مع شرائح البرتقال
- كريمة مسكربون بالفراولة مع توت العليق الطازج
- تشيز كيك بالكراميل المملح والتوت الأزرق وتوت العليق

## القهوة والكعك - وممتعة المزج بينهما

نقدم يوميًا مجموعة متغيرة من الكعك، يرجى الاستفسار لدى مقدمي الخدمة

## نباتي / فيجان

عضوي

يخني الحمص الشرقي مع أرز بسمتي

عضوي

يخني العدس بالخضار المطبوخ بالطماطم مع حليب جوز الهند والبطاطس

عضوي

كاري تايلاندي مع التوفو والخضروات المطهوه ببطء والأرز

عضوي

بيني لا كريم، فول الصويا المخمر، أوراق السبانخ

عضوي

سبايتزل الجبن، بصل مقلي

بولينتا جنوكتشي، صلصة كريمة بالكاربي، عشب الليمون، ريحان تايلاندي، قرنبيط وبروكلي رومانسكي

## باستا/ ريزوتو

عضوي

-تورتيليني محشوة بالريكوتا والسبانخ

-ريزوتو بالمشروم والكوسا والطماطم

المجففة والزيتون الأسود والصنوبر المحمص

## الأسماك والقشريات

-سمك موسى المتبل، البيبيوناتا

الكوسة، بصل أحمر، بابريكا، عصيدة بولينت

- لفائف من سمك وحيد الليمون، مرقة طماط

بالزعفران، كرفس، بروكلي

رومانسكي، مكعبات بطاطس

-سمك حدوق على البخار

مع روبيان وصلصة طماطم وبروكل

رومانسكي ومهروس بياريتز وبص

ولحم خنزير مقعد وبقدونس

## اللحوم

- شريحة صدر دجاج على طريقة نابولي، كريمة طماطم، بازلاء، ذرة، بابريكا، معكرونة الفراشة

- لحم بقري مع صوص الشواء،

بروكلي رومانسكي، بطاطس مهروسة

- لحم كتف عجل، صوص كريمة بالمرميّة، زعتر،

بقدونس، خضروات على البخار وبطاطس



## وجبة العشاء

في وجبة العشاء، يرجى اختيار نوع خبز أو مخبوز وأحد الأطعمة الدهنية القابلة للفرد. إذا لم تختَر قائمة محددة، فيمكنك بكل سرور إعداد الوجبة من تشكيلة المخبوزات والأطعمة القابلة للفرد ومن مجموعة مختارة من النقانق والجبن والأطباق الجانبية. بالإضافة إلى ما ذكرناه، يمكنك أيضًا اختيار إضافات مما نقدمه في وجبة الإفطار. إذا رغبت في ذلك، فيُسعدنا أن تبلغنا.

### قائمة العشاء لدينا

#### طبق جبن

- شرائح جبن (جوده، إمنتال، جبن بالأعشاب)
- جبن طرية
- جبن بيبيل
- جبن كريمي
- عنب

#### طبق أسماك

- شرائح سلمون مرقط مدخن
- طاجن سلمون بالسبانخ
- سمك مدخن
- معجون الفجل الحار

#### عشاء دسم

- لحم خنزير مسلوق
- خنزير الغابة السوداء
- خنزير سيرانو
- سلامي من لحم الدواجن
- طماطم
- خيار مخلل

#### طماطم وموتزريلا

- حصة صغيرة من جبن الموتزريلا والطماطم

#### أطباق السلطة

- حسب اختيارك من
- شرائح صدر دجاج
- بيض مسلوق
- جبن

#### كرات لحم صغيرة بالخردل (بارد)

- سلطة بطاطس

# اختيارنا للمكونات من أجلك



## المخبوزات

- خبز حبوب القمح الكاملة
- خبز أبيض
- وخبز من خليط من الحب
- خبز فيتنيس
- خبز مقرمش



## أنواع الجبن

- جبن صفراء
- جوده، وسط
- جبن الأعشاب
- جبن إمنتال
- جبن كريمي
- جبن كريمي عشبي
- جبن بيبيل
- جبن كمبيرت



## المشروبات

- شاي رونفيلت
- قهوة مفلتره
- أنواع قهوة
- (لاتيه ماكيانو، كابتشينو،
- إسبريسو، قهوة بالحليب)
- كاكاو (ساخن أو بارد)
- لبن (ساخن أو بارد)
- مياه معدنية (بسيط، وسط)
- عصير (تفاح، برتقال)



## أطعمة للفرد على المخبوزات

- زبدة
- سمن نباتي
- دهن نباتي للفرد على المخبوزات
- (غاريقون، عشبي، مدخن، خفيف)



## النقانق

- نقانق من لحم الدواجن
- صدر الديك الرومي
- سلامي من لحم الدواجن
- لحم خنزير مسلوق
- خنزير الغابة السوداء
- خنزير سيرانو
- سجع الكبد
- نقانق الشاي

# راحة خاصة وخدمة فردية

مع بطاقة القائمة هذه، يسعدنا أن نقدم لك مجموعة طعام خاصة في عيادات هيليوست الخاصة ومناطق الراحة.

يتم تضمين اختيار القوائم الخاصة بك بالإضافة إلى إضافات الطهي لدينا، والتي يمكنك العثور عليها في الصالة أو الحصول عليها في غرفتك، في سعر غرفتك.

لا تتردد في الاتصال بنا - مديرو الأداء الاختياريون لدينا موجودون من أجلك ويجيبون على أسئلتك!

# بيان محتويات المواد الغذائية

## مكونات وجبة الإفطار/العشاء:

## خرافي:

### مكونات إضافية:

- 1- ملون غذائي،
- 2- مادة حافظة،
- 3- مضادات الأكسدة
- 4- مكسبات طعم،
- 5- مُكبرت،
- 6- مُسود،
- 7- مُشمع،
- فوسفات
- 9- مادة مُحلية

### مسببات حساسية:

- A (1) قمح  
 (2) جاودار  
 (3) شعير  
 (4) شوفان  
 (5) حنطة (نوع من القمح)  
 (6) كموت  
 (7) سلالات هجينة

- B قشريات  
 C بيض  
 D سمك  
 E فول سوداني  
 F فول الصويا  
 G لبن  
 G1 لآكتوز

- H مكسرات 1  
 2 لوز  
 3 بندق  
 4 جوز  
 5 كاجو  
 6 بقان  
 7 جوز برازيلي  
 8 فستق  
 8 مكدامية

- L كرفس  
 M خردل  
 N بذور السمسم  
 O ثاني أكسيد الكبريت والكبريتيت <10مجم/كجم (SO2)  
 P ترمس  
 R رخيوات

"A,A1,A2,A3,A4,A5,F,G,G1,N,P"	- الخبز/المخبوز
"يحتوي على: 2,3"	- نقائق نيئة
"يحتوي على: 8,2,3"	- نقائق مخمرة
"يحتوي على: G,1"	- الجبن
"يحتوي على: G,G1,L"	- الجبن الكريبي
"يحتوي على: G"	- الجبن الطري
"يحتوي على: 2,3"	- مهروس النقائق
"يحتوي على: A,A3"	- رقائق ذرة
"يحتوي على: A, A1, A3,A4"	- موسلي الحبوب الكاملة بالشوكولاتة
"يحتوي على: A, A4,F,5,2"	- موسلي الحبوب الكاملة بالفواكه
"يحتوي على: 1A, A4, H,H1 ,H2,H6, G,G1"	- بيرشر موسلي
"يحتوي على: A,A1,A2,A3,A4,A5,F,G,G1,H,H2,N,P"	- إفطار السكريات
"يحتوي على: A,A1,A2,A3,A4,A5,F,G,G1,N,P,1"	- إفطار الجبن
"يحتوي على: A,A1,A2,A3,A4,A5,F,G,G1,N,P,1"	- إفطار فيتنيس الصحي
"يحتوي على: A, A1,A2,A3,A4,A5,F, G,G1,N,P ,1,2,3"	- إفطار الذواق

## قوائم الغداء:

"C,G,G"	- مرققة لقيمات السميد
"يحتوي على: لا يلزم ذكر بيانات"	- حساء كريمة اليقطين
"يحتوي على: G,G1,23,1,3,5"	- موتزريلا
"يحتوي على: 1,3,5,1C,G,G1,20,21"	- السلطة
"يحتوي على: G,H,H3"	- انتيباستي
"يحتوي على:"	- صحن السلطة
"يحتوي على: F,M"	- يخني الحمص
"يحتوي على: L"	- يخني العدس بالخضار
"يحتوي على: F"	- كاري تايلاندي مع التفو
"يحتوي على: A,A1,F,L"	- بيني لا كريم
"يحتوي على: A,A,G,G1"	- سبايتزل الجبن
"يحتوي على: A,a1,G,G1,L"	- بولينتا جنوكنشي
"يحتوي على: A,A,G,G1"	- تورتيليني محشوة بالريكوتا
"يحتوي على: G,G1,L"	- ريزوتو
"يحتوي على: D,G,G1,L"	- سمك موسى المتبل
"يحتوي على: D"	- لفائف سمك وحيد الليمون
"يحتوي على: D,G,G1,L"	- سمك الحدوق
"يحتوي على: A,A1,G,G1,L"	- شريحة صدر دجاج
"يحتوي على: G,G1,L"	- لحم بقري مشوي
"يحتوي على: G,G1,L"	- لحم كتف عجل

## أطباق الحلوى:

"A,A1,C,G,G1"	- تيراميسو
"يحتوي على C,F,G,G1"	- نوعان من موس الشوكولاتة
"يحتوي على: A,A1,C, G,G1"	- كريمة مسكربون بالفراولة
"يحتوي على: A,A1,C, F,G,G1"	- تشيز كيك

## قوائم العشاء:

"يحتوي على C,G,G1,L,M,1,3,5"	- الصوص:
"يحتوي على A,A1,C,G,G1,M,1,2"	- كرات اللحم
"يحتوي على G,G1,1"	- طبق الجبن
"يحتوي على D,G,G1,O"	- طبق الأسماك
"يحتوي على 2,3,8,1"	- طبق وجبة خفيفة

يرجى سؤال موظفينا عن القيم الغذائية. تُدكر مسببات الحساسية إذا كانت المواد المذكورة أو المنتجات المصنوعة من هذه المواد مكوناً في المنتج النهائي. رغم تحضير أطباقنا بحرص شديد، إلا أنه قد توجد إلى جانب المكونات المذكورة آثار لمواد أخرى مستخدمة أثناء التحضير في المطبخ.



Helios Kliniken GmbH

Friedrichstraße 136  
10117 Berlin

[konzept.speisenversorgung@helios-gesundheit.de](mailto:konzept.speisenversorgung@helios-gesundheit.de)  
[www.helios-gesundheit.de](http://www.helios-gesundheit.de)

بيانات النشر

محرر:

Helios Kliniken GmbH, Friedrichstraße 136, 10117 Berlin

الصور:

stock.adobe: Sea Wave, phonlamaipphoto, abasler, auremar,  
New Africa, OlesyaSH, Lubo Ivanko, cegli, kiv\_ph

الطابعة:

Rindt GmbH & Co. KG, Daimler-Benz-Straße 30, 36039 Fulda

اعتبارا من أغسطس 2023